СЕМЬ ПОВАРЯТ

Семь поварят – ваши незаменимые помощники в будни и праздники. Доверяйте их опыту и смело следуйте их советам!

Все блюда, рецепты которых приводятся в книге, приготовлены и апробированы в кулинарной студии издательства «Аркаим».

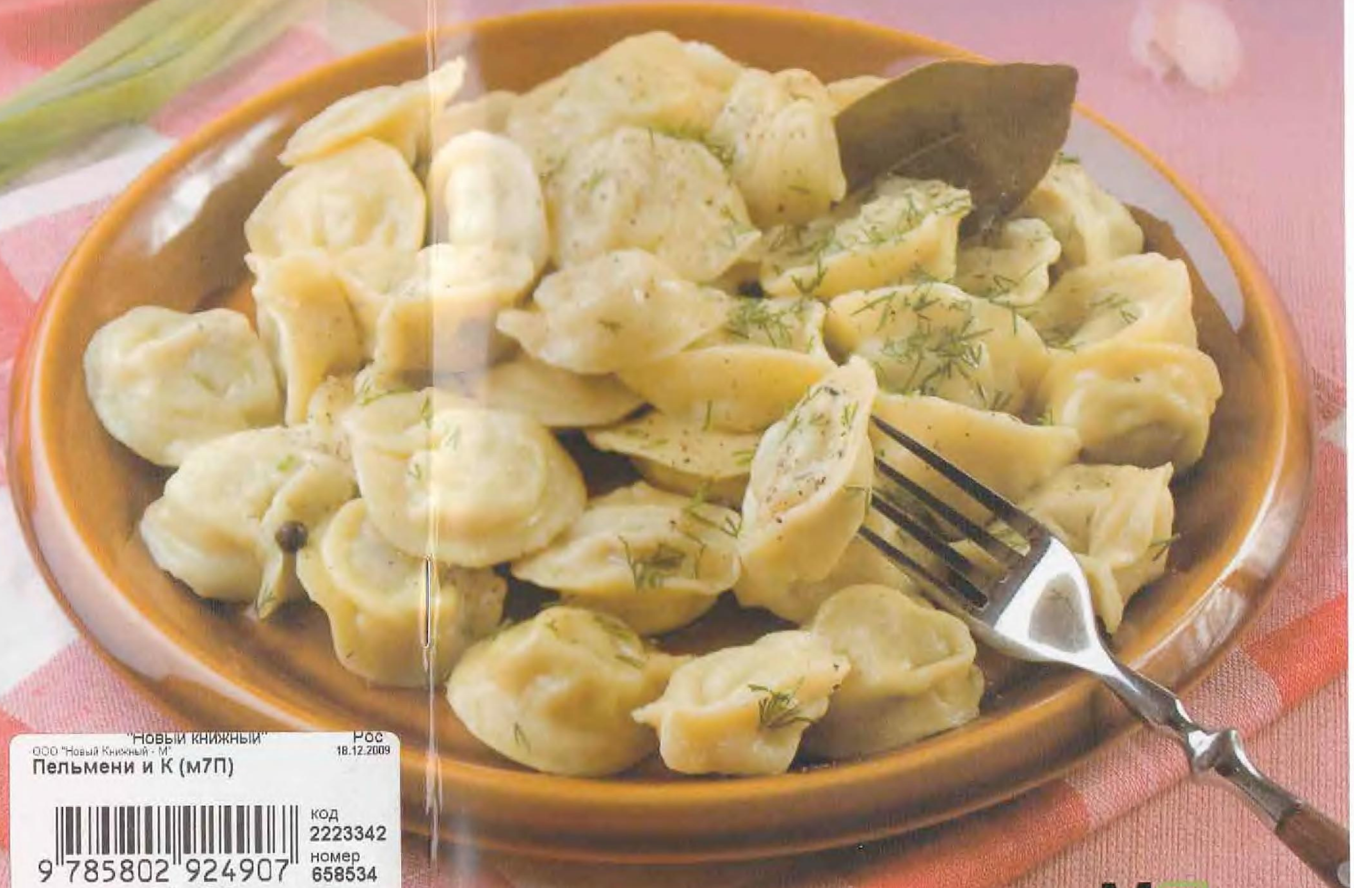
Каждый рецепт сопровождается цветной иллюстрацией, информацией о времени приготовления и калорийности блюда.

МИЛЛИОН МЕНЮ®
для праздников и будней
www.millionmenu.ru
Интернет-магазин – shop.millionmenu.ru

ПЕЛЬМЕНИ и К°

СЕМЬ ПОВАРЯТ

ПЕЛЬМЕНИ и К°



МИЛЛИОН МЕНЮ®

УДК 641.5
ББК 36.99
П24

Пельмени и К°. – Челябинск: Аркаим, 2010. – 32 с.: ил. – (Семь поварят).

П24 ISBN 978-5-8029-2490-7

В книге собраны рецепты различных видов пельменей – классических, приготовленных на пару, жаренных во фритюре, запеченных в горшочках, а также их иноземных «родственников» – мантов, равиоли, хинкали, чучвары и других.

УДК 641.5
ББК 36.99

Семь поварят

Издание для досуга

Пельмени и К°

Блюда приготовлены в кулинарной студии издательства «Аркаим»
Иллюстрации – фотостудия издательства «Аркаим»

Рецепты и фотографии блюд – на сайте www.millionmenu.ru

Подписано в печать 18.09.09. Формат 60×100/16. Усл. печ. л. 2,2
Заказ № У035

ООО «Издательский дом «Аркаим»
454091, г. Челябинск, ул. Карла Маркса, 38, оф. 413

Отпечатано в Украине

ISBN 978-966-2163-92-6 ООО «Казка», г. Киев

ISBN 978-5-8029-2490-7

СОДЕРЖАНИЕ





350 килокалорий
355–450 килокалорий
455–550 килокалорий



ПЕЛЬМЕНИ С СЫРОМ И ЗЕЛЕНЬЮ

на 5 порций

для теста:

- мука пшеничная 1 стакан
- яйца 2 шт.
- вода ½ стакана
- соль

для начинки:

- сыр адыгейский 400 г
- яйцо 1 шт.
- зелень петрушки рубленая 2 ст. ложки
- масло сливочное 1 ст. ложка
- перец черный молотый
- соль

■ Муку насыпьте горкой, в середине сделайте углубление, влейте в него яйца, теплую воду с солью и замесите тесто. Охлаждайте его 30 минут.

■ Сыр порубите, введите яйцо, масло и рубленую зелень, перемешайте.

■ Раскатайте тесто так, чтобы получилось 2 тонких пласта. На один пласт выложите начинку в виде шариков (несколько рядов).

■ Смажьте тесто вокруг начинки взбитым яйцом, накройте вторым пластом теста, прижмите тесто вокруг начинки, чтобы пласты скрепились.

■ С помощью специального ножа для пиццы нарежьте квадраты и варите пельмени 5 минут.

■ Подавайте пельмени со сливочным маслом.

• Время приготовления 1 час •

ПЕЛЬМЕНИ С КАПУСТОЙ И ГРИБАМИ

на 8 порций

для теста:

- мука пшеничная 1½ стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ½ стакана
- соль

для начинки:

- капуста белокочанная 400 г
- грибы белые вареные 400 г
- лук репчатый 5 головок
- соль
- масло растительное 2 стакана

■ Замесите тесто (см. с. 4). Накройте его и оставьте на 30 минут.

■ Капусту порубите, ошпарьте, охладите и отожмите воду. Лук и грибы порубите, соедините с капустой, перемешайте и посолите.

■ Тесто раскатайте в тонкий пласт, с помощью выемки вырежьте кружки диаметром 6 см. На середину каждого кружка положите по чайной ложке фарша, сформуйте пельмени.

■ Обжаривайте пельмени во фритюре до золотистого цвета.

■ Подавайте пельмени со сметаной.

• Время приготовления 50 минут •



ПЕЛЬМЕНИ С КРЕВЕТКАМИ И ВЕШЕНКАМИ

на 10 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- яйца 2 шт.
- вода 2 стакана
- соль

для начинки:

- креветки очищенные 400 г
- вешенки 150 г
- крахмал картофельный 1 ст. ложка
- соус соевый 2 ст. ложки
- вино белое полусухое 2 ст. ложки
- перец черный молотый

■ Замесите тесто (см. с. 4). Охлаждайте его 10 минут.

■ Креветок припустите в 2 столовых ложках воды с добавлением вина, слегка охладите и нарежьте кусочками.

■ Грибы нарежьте ломтиками, соедините с соевым соусом. Доведите до кипения, введите перец, крахмал, прогрейте. Затем слегка охладите и смешайте с креветками.

■ Тесто раскатайте в пласт, вырежьте из него кружки.

■ На кружки теста выложите приготовленную начинку, сформуйте пельмени.

■ Варите пельмени 10 минут в подсоленной воде.

■ Подавайте с рубленой зеленью.

• Время приготовления 45 минут •





ПЕЛЬМЕНИ С КАЛЬМАРАМИ

на 5 порций

- тесто пельменное 500 г
- кальмары 500 г
- рис круглозерный 300 г
- лук репчатый 2 головки
- масло растительное 2 ст. ложки
- сметана 100 г
- соль

■ Кальмаров очистите от хитиновых пластинок, обдайте кипятком, снимите с поверхности пленку. Мякоть кальмаров пропустите через мясорубку.

■ Лук мелко нарежьте.

■ Рис припустите на масле с добавлением нарезанного лука.

■ Измельченных кальмаров соедините с рисом и перемешайте.

■ Тесто раскатайте в тонкий пласт, с помощью круглой выемки вырежьте кружки.

■ На кружки выложите начинку, сформуйте пельмени.

■ Варите пельмени в подсоленной воде.

■ Подавайте пельмени со сметаной.

• Время приготовления 45 минут •

ПЕЛЬМЕНИ ЭКОНОМНЫЕ

на 4 порции

для теста:

- мука пшеничная 1½ стакана
- яйцо 1 шт.
- вода 1 стакан
- соль

для начинки:

- легкое вареное 400 г
- лук репчатый 1 головка
- масло растительное 2 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль





■ Лук нарежьте мелкими кубиками, спассеруйте на растительном масле, охладите и смешайте с измельченным легким, посолите, поперчите, перемешайте.

■ Замесите тесто (см. с. 4). Выдержите его 30 минут, затем раскатайте в пласт.

■ Из пласта теста вырежьте кружки.

■ На кружки теста выложите приготовленную начинку, сформуйте пельмени.

■ Варите пельмени в подсоленной воде.

■ Подавайте со сметаной и зеленью.

• Время приготовления 45 минут •

ПЕЛЬМЕНИ «МОСКОВСКИЕ»

на 8 порций

для теста:

- мука пшеничная 700 г
- яйца 2 шт.
- вода 260 г
- соль 350 г

для начинки:

- говядина 350 г
- свинина или баранина 350 г
- лук репчатый 1 головка
- молоко или вода 170 г
- сахар 2 г
- перец черный молотый
- соль



■ Замесите тесто (см. с. 4), заверните его во влажную ткань и выдержите 40 минут.

■ Мясо зачистите от пленок и сухожилий, нарежьте кусочками и вместе с луком пропустите 2 раза через мясорубку. Добавьте соль, сахар, перец, разведите молоком или водой и хорошо перемешайте.

■ Тесто раскатайте в жгут толщиной 1–1,2 см, нарежьте небольшими кусочками и раскатайте каждый в тонкий кружок.

■ На середину каждого кружка положите начинку, сформуйте пельмени, придавая им форму полумесяца. Концы полумесяца можно соединить.

■ Варите пельмени в кипящей подсоленной воде 10 минут при слабом кипении.

■ Подавайте с маслом, сметаной, горчицей или соусом хрен.

• Время приготовления 1 час •

ПЕЛЬМЕНИ С ГРИБАМИ В ГОРШОЧКАХ

на 6 порций

- пельмени с мясной начинкой 1 кг
- масло сливочное 3 ст. ложки
- лук репчатый 2 головки
- грибы 300 г
- кубик бульонный грибной 1 шт.
- мука пшеничная 2 ст. ложки
- вода 2 стакана
- сметана 200 г
- соль

■ Грибы нарежьте ломтиками. Лук мелко порубите, соедините с грибами и обжарьте на масле.

■ Пельмени сварите в подсоленной воде.

■ Разложите пельмени в горшочки, посыпьте раскрошенным кубиком, сверху уложите грибы. Муку разведите холодной водой, влейте по ⅓ стакана смеси в каждый горшочек, добавьте сметану. Запекайте пельмени 20–30 минут при 220 °С.

■ Подавайте пельмени горячими.

• Время приготовления 1 час •





ПЕЛЬМЕНИ С ПОДЖАРКОЙ

на 5 порций

- пельмени с мясной начинкой 1 кг
- лук репчатый 1 головка
- морковь, помидор по 1 шт.
- кетчуп 1 ст. ложка
- масло растительное 2 ст. ложки
- чеснок 1 зубчик
- майонез 1 ст. ложка
- базилик сушеный 1 ч. ложка
- лавровый лист 1 шт.
- уксус 3%-й 1 ст. ложка
- перец черный горошком 3–4 шт.
- перец черный молотый
- соль

■ Лук нарежьте мелкими кубиками. Морковь натрите на крупной терке, соедините с луком и обжарьте на масле. Добавьте очищенный от кожицы и нарезанный мелкими кубиками помидор, измельченный чеснок, посолите, поперчите, жарьте еще 5 минут.

■ Кетчуп смешайте с майонезом, уксусом и базиликом, добавьте смесь к овощам, прогрейте.

■ Пельмени сварите с добавлением лаврового листа и перца горошком.

■ Поджарку выложите на пельмени и сразу подавайте.

• Время приготовления 35 минут •



ПЕЛЬМЕНИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАНЕ

на 6 порций

- пельмени с мясной начинкой 1 кг
- сметана 250 г
- масло сливочное 3 ст. ложки
- сыр твердый 100 г
- лавровый лист 1 шт.
- перец душистый горошком 3–4 шт.
- соль

■ Пельмени сварите в подсоленной воде, добавив лавровый лист и перец.

■ Готовые пельмени обжарьте на масле, переложите в форму для запекания, полейте сметаной и посыпьте тертым сыром. Запекайте 20 минут при 200 °С.

■ Подавайте пельмени горячими.

• Время приготовления 35 минут •

ДЮШБАРА

на 4 порции

для теста:

- мука пшеничная 1 стакан
- яйцо 1 шт.
- вода 5 ст. ложек
- соль

для начинки:

- баранина 400 г
- лук репчатый 1 головка
- кинза 1 пучок
- вода 5 стаканов
- перец черный молотый
- соль

■ Мякоть баранины отделите от костей. Кости залейте водой, сварите бульон, процедите его.

■ Мясо пропустите через мясорубку вместе с луком, добавьте рубленую кинзу, посолите, поперчите и перемешайте.

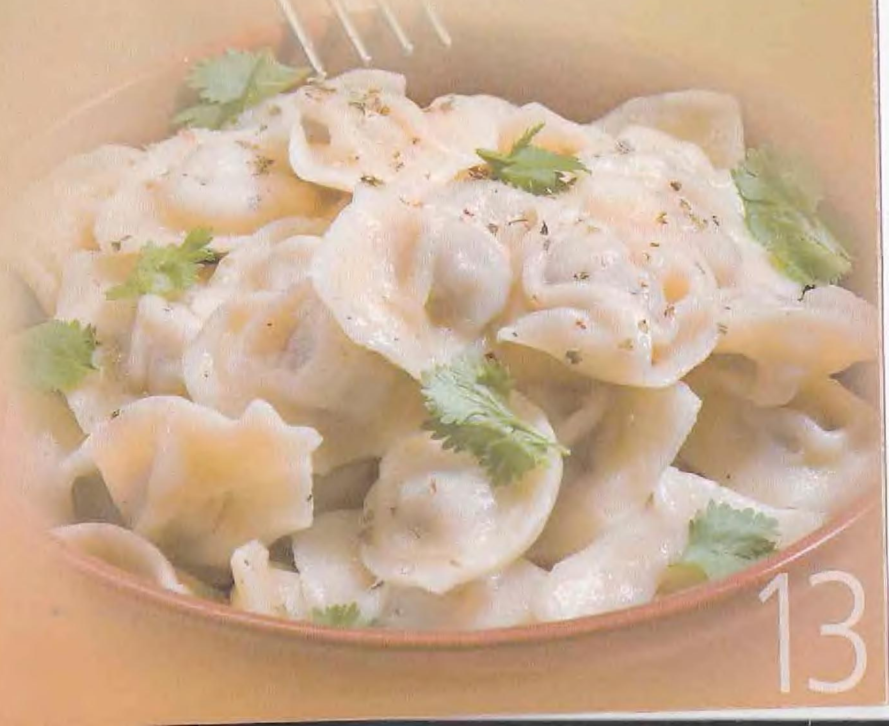
■ Замесите тесто (см. с. 4), раскатайте в пласт толщиной 1 мм, нарежьте квадратами 3×3 см.

■ В центр каждого квадрата положите по чайной ложке начинки и сформуйте пельмени (дюшбара): квадраты сложите пополам в виде треугольников, края изделий защипните, острые углы треугольников соедините.

■ Варите в процеженном бульоне 5 минут.

■ Подавайте пельмени с бульоном и винным уксусом, посыпав сушеной мятой и зеленью.

• Время приготовления 2 часа •



КОВУРМА ЧУЧВАРА

на 4 порции

для теста:

- мука пшеничная 3 ½ стакана
- вода ⅔ стакана
- соль

для начинки:

- мякоть баранины 300 г
- лук репчатый 2 головки
- вода 3 ст. ложки
- масло растительное 200 г
- перец черный молотый
- соль

■ Замесите тесто (см. с. 4). Скатайте его в шар, накройте полотенцем и выдержите 30–40 минут.

■ Баранину пропустите через мясорубку. Добавьте мелко рубленный лук, воду, посолите, поперчите, перемешайте.

■ Тесто тонко раскатайте и нарежьте квадратами 4×4 см. На каждый квадрат положите начинку. Соедините два противоположных угла квадрата и защипните края изделия.

■ Жарьте пельмени в большом количестве масла до готовности и сразу подавайте.

• Время приготовления 55 минут •





ЭТЛИ БОРЕК

на 5 порций

для теста:

- мука пшеничная 1 ⅔ стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ½ стакана
- соль

для начинки:

- мякоть баранины 500 г
- лук репчатый 2 головки
- простокваша 6 стаканов или сметана 1,2 кг
- перец черный молотый
- соль

■ Баранину вместе с луком дважды пропустите через мясорубку, посолите, поперчите, разведите водой и хорошо перемешайте.

■ Замесите тесто (см. с. 4). Скатайте его в шар, накройте пищевой пленкой и выдержите 30 минут.

■ Готовое тесто тонко раскатайте и разрежьте на квадраты 4×4 см. На середину каждого квадрата положите приготовленную начинку и сформуйте пельмени, придавая им четырехугольную форму.

■ Варите пельмени в подсоленной воде до готовности.

■ Залейте пельмени простоквашей или сметаной и подавайте.

• Время приготовления 1 час •

ХИНКАЛИ

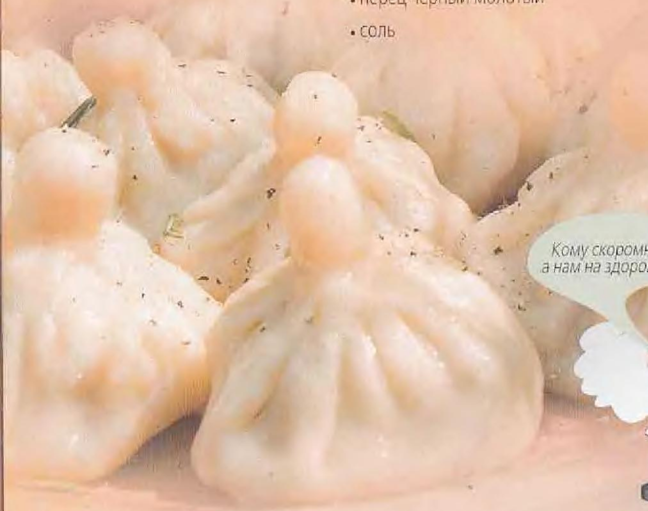
на 8 порций

для теста:

- мука пшеничная 2½ стакана
- вода ⅔ стакана
- соль

для начинки:

- мякоть баранины 500 г
- мякоть свинины и говядины по 300 г
- лук репчатый 1 головка
- бульон мясной ½ стакана
- зелень петрушки рубленая 2 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль





■ Мясо вместе с луком пропустите через мясорубку, разведите бульоном, добавьте соль, перец, зелень и перемешайте.

■ Из муки, соли и воды замесите тесто более крутое, чем для пельменей.

■ Раскатайте его тонким пластом, затем вырежьте кружки диаметром 10 см.

■ Приготовленную начинку положите на середину каждого кружка. Собрав края теста, придайте изделиям грушевидную форму.

■ Опустите хинкали в подсоленную кипящую воду и варите при слабом кипении 10–15 минут.

■ Выньте хинкали шумовкой и уложите на блюдо, посыпьте молотым черным перцем. Отдельно подайте зелень петрушки, кинзу, эстрагон.

• Время приготовления 50 минут •



ГУЛ ХУНОН

на 6 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 ¼ стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ½ стакана
- соль

для начинки:

- мякоть баранины 300 г
- картофель 400 г
- лук репчатый 3 головки
- помидоры 3 шт.
- тмин молотый ¼ ч. ложки
- масло растительное 60 г
- перец черный молотый
- соль

■ Замесите тесто (см. с. 4). Заверните его в пищевую пленку и выдержите около 30 минут.

■ Баранину пропустите через мясорубку, добавьте натертые на крупной терке картофель и лук, мелко нарезанные помидоры, тмин, посолите, поперчите и перемешайте.

■ Тесто тонко раскатайте и разрежьте на ленты шириной 6 см и длиной 22 см.

■ Каждую ленту смажьте тонким слоем масла, сверху разложите начинку. Ленты скрутите серпантином.

■ Уложите изделия на решетку пароварки, смазанную маслом. Варите на пару 30–35 минут.

■ Подавайте, посыпав рубленой зеленью. Отдельно в соуснике подайте кетчуп или острый томатный соус.

• Время приготовления 1 час 40 минут •

ПЕЛЬМЕНИ ПО-ИНДИЙСКИ

на 6 порций

- тесто пельменное 500 г
- мякоть баранины 180 г
- лук зеленый рубленый 2 ст. ложки
- чеснок 1 зубчик
- масло растительное 2 ст. ложки
- имбирь молотый 1 ч. ложка
- перец черный молотый
- соль

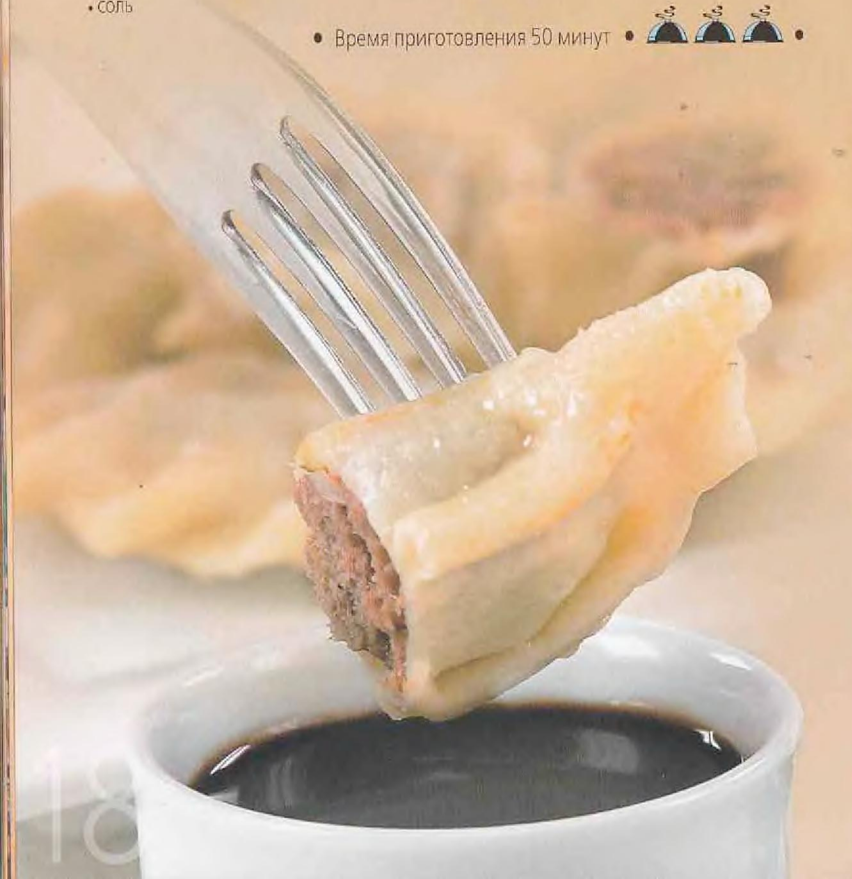
■ Нарежьте мякоть баранины кусочками, пропустите через мясорубку вместе с чесноком, посолите, поперчите, введите зеленый лук, имбирь и перемешайте.

■ Раскатайте тесто в жгут, нарежьте на кусочки и раскатайте из них кружки. На кружки теста выложите начинку, сформуйте пельмени.

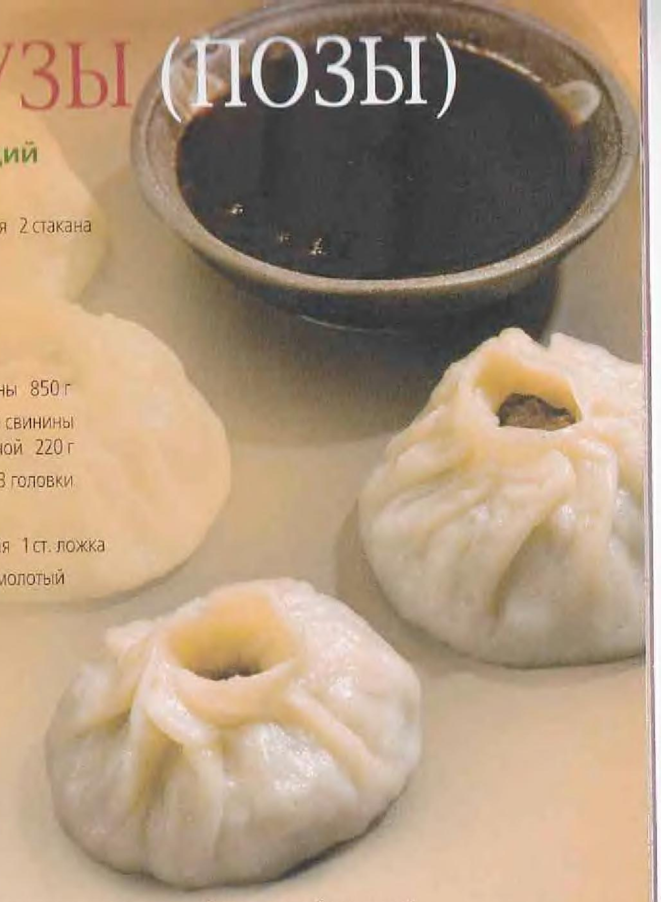
■ Смажьте глубокий противень маслом, выложите пельмени, добавьте 2 стакана воды, прикройте фольгой и запекайте их 30 минут в духовке.

■ Подавайте с соевым соусом.

• Время приготовления 50 минут •



БУУЗЫ (ПОЗЫ)



на 6 порций

для теста:

- мука пшеничная 2 стакана
- яйца 2 шт.
- вода 60 г
- соль

для начинки:

- мякоть баранины 850 г
- мякоть жирной свинины или жир нутряной 220 г
- лук репчатый 3 головки
- вода 130 г
- мука пшеничная 1 ст. ложка
- перец черный молотый
- соль

■ Баранину пропустите через мясорубку с крупной решеткой.

■ Добавьте мелко нарезанные нутряной жир или мякоть свинины и лук, соль, перец, муку, воду, перемешайте.

■ Замесите тесто (см. с. 4). Раскатайте его в жгут толщиной с палец, нарежьте небольшими кусочками длиной 2–4 см, которые затем раскатайте в кружки диаметром примерно 8 см и толщиной 0,3 см. Края кружков должны быть тоньше, чем середина.

■ На ладонь положите кружок теста, на его середину – столовую ложку начинки. Возьмите тесто за край и, немного оттянув, соберите в складочки, которых должно быть 8–10. В середине оставьте отверстие для выхода пара.

■ Варите буузы на пару 18–20 минут. Традиционно используется специальная кастрюля – позница, но подойдет также мантоварка.

■ Подавайте буузы горячими.

• Время приготовления 55 минут •

ЧУЧВАРА ИЗ КУРИЦЫ

на 5 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ½ стакана
- соль

для начинки:

- мякоть курицы 400 г
- лук репчатый 2 головки
- вода ⅓ стакана
- перец черный молотый
- соль

■ Замесите тесто (см. с. 4) и оставьте его на 30–40 минут для расстойки.

■ Мякоть курицы нарежьте кусочками, пропустите через мясорубку, добавьте рубленый лук, соль, перец, воду и тщательно перемешайте.

■ Раскатайте тесто в пласт толщиной 1–2 мм, разрежьте на квадраты величиной 5×5 см. На каждый квадрат положите начинку, соедините два противоположных угла квадрата и защипните края изделия.

■ Сварите чучвару в подсоленной воде. Подавайте с простоквашей или сметаной, посыпав черным перцем.

■ Чучвару можно подавать с бульоном.



• Время приготовления 1 час •



ДИМ СУМ

на 4 порции

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- масло растительное 1 ст. ложка
- вода 1 стакан

для начинки:

- креветки очищенные 400 г
- соус соевый, вино рисовое по 2 ст. ложки
- мука кукурузная 1 ст. ложка
- сахар 1 ст. ложка
- перец черный молотый



■ Муку насыпьте горкой на стол, в центре сделайте углубление. Влейте в него, помешивая, ½ стакана горячей воды, затем ½ стакана холодной воды. Добавьте масло и замесите тесто. Накройте его салфеткой и оставьте на полчаса.

■ Креветок мелко порубите и смешайте с 4 столовыми ложками воды, соевым соусом, вином, сахаром и перцем до образования однородной массы.

■ В креветочную массу всыпьте, помешивая, кукурузную муку и перемешайте.

■ Тесто раскатайте в жгут и нарежьте небольшими кусочками. Раскатайте из них кружки диаметром 6 см.

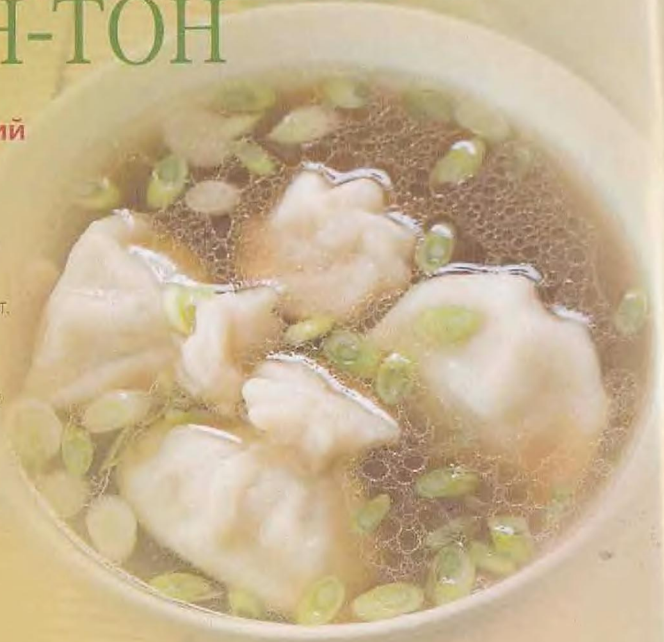
■ На середину каждого кружка положите начинку, сформуйте пельмени.

■ На решетку паровой кастрюли положите листья зеленого салата, на них – пельмени и варите на пару 20 минут.

■ Подавайте с соевым соусом, посыпав рубленой зеленью петрушки.

• Время приготовления 50 минут •

КИТАЙСКИЙ СУП С ПЕЛЬМЕНЯМИ ВОН-ТОН



на 6 порций

для теста:

- мука 1 стакан
- вода ½ стакана

для начинки:

- филе утиное 2 шт.
- соус соевый 4 ст. ложки
- масло кунжутное 1 ч. ложка
- бульон куриный 2,5 л
- лук зеленый 5 г

■ Муку залейте ½ стакана кипятка, вымешайте тесто, оберните его пищевой пленкой и уберите в холодильник на 10 минут.

■ Утиное филе пропустите через мясорубку, затем добавьте 2 столовые ложки соевого соуса и кунжутного масла. Хорошо вымешайте.

■ Тесто разделите на 24 равные части. Раскатайте кусочки теста в тонкие небольшие кружки. На середину каждого кружка выложите часть начинки, соберите край теста вверх к центру, соедините над начинкой.

■ Варите пельмени в кипящей воде, пока они не всплывут. Затем достаньте их шумовкой, переложите в бульон, влейте 2 ложки соевого соуса и доведите до кипения.

■ Белую часть зеленого лука нарежьте тонкими колечками и добавьте в суп.

■ Подавайте суп в пиалах. В каждую пиалу выкладывайте по четыре вон-тона и заливайте бульоном с луком.

• Время приготовления 30 минут •

РАВИОЛИ СО ШПИНАТОМ

на 4 порции

для теста:

- мука пшеничная ⅔ стакана
- крупа манная ¼ стакана
- яйца 2 шт.
- масло растительное 1 ст. ложка
- соль

для начинки:

- шпинат 400 г
- творог нежирный 100 г
- сыр пармезан 80 г
- масло сливочное 1 ст. ложка
- перец черный молотый
- соль

■ Просеянные муку и манную крупу соедините, выложите горкой на стол. Сделайте в смеси углубление и разбейте в него яйца, посолите и добавьте масло. Замешивайте тесто до эластичности. Заверните тесто в пленку и охлаждайте 30 минут.

■ Тесто раскатайте в тонкий пласт и вырежьте из него кружки диаметром 7 см.

■ Шпинат нарежьте и припускайте 2 минуты, затем отвар слейте.

■ Творог протрите, добавьте тертый сыр и введите шпинат, посолите, поперчите.

■ На кружки теста выложите шарики из приготовленной начинки, сформуйте равиоли, нанесите по краям узор с помощью вилки.

■ Варите равиоли 5 минут с момента закипания.

■ Подавайте равиоли со сметаной.

• Время приготовления 1 час •



РАВИОЛИ С ГРИБАМИ

на 5 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- яйца 3 шт.
- вода ½ стакана
- соль

• для начинки:

- грибы 400 г
- лук репчатый 1 головка
- масло сливочное 5 ст. ложек
- яйцо 1 шт.
- сыр твердый тертый 100 г
- соль

■ Замесите тесто (см. с. 4), оберните его пищевой пленкой и оставьте на час.

■ Грибы и лук нарежьте кубиками, обжарьте на 1 столовой ложке масла, охладите.

■ Тесто тонко раскатайте, вырежьте из него квадраты или кружки диаметром 5–6 см. На каждый положите немного начинки. Смажьте края взбитым яйцом и защипните.

■ Опустите равиоли в подсоленную кипящую воду, варите 5 минут с момента закипания. Выньте шумовкой, выложите на блюдо.

■ Полейте равиоли растопленным маслом, посыпьте тертым сыром, оформите зеленью и подавайте.

• Время приготовления 50 минут •





РАВИОЛИ С ЛОСОСЕМ

на 5 порций

- тесто пельменное 150 г
- филе копченого лосося 500 г
- сливки густые 2 ст. ложки
- зелень укропа рубленая 2 ч. ложки
- перец черный молотый
- соль

для соуса:

- сливки 1 стакан
- вино белое сухое ½ стакана
- мука пшеничная, масло сливочное, сок лимонный по 1 ст. ложке
- зелень укропа рубленая 2 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль



■ Рыбу соедините со сливками и зеленью, измельчите блендером в однородную массу, посолите и поперчите.

■ Тесто тонко раскатайте, вырежьте из него кружки.

■ На кружки положите по 1 чайной ложке начинки, сформуйте равиоли и отварите в подсоленной воде.

■ Муку спассеруйте на масле. Разведите мучную пассеровку сливками, влейте вино, лимонный сок и варите 5 минут. Соус посолите, поперчите, добавьте рубленую зелень и перемешайте.

■ При подаче равиоли выложите на блюдо и полейте сливочным соусом.

• Время приготовления 30 минут •

МАНТЫ

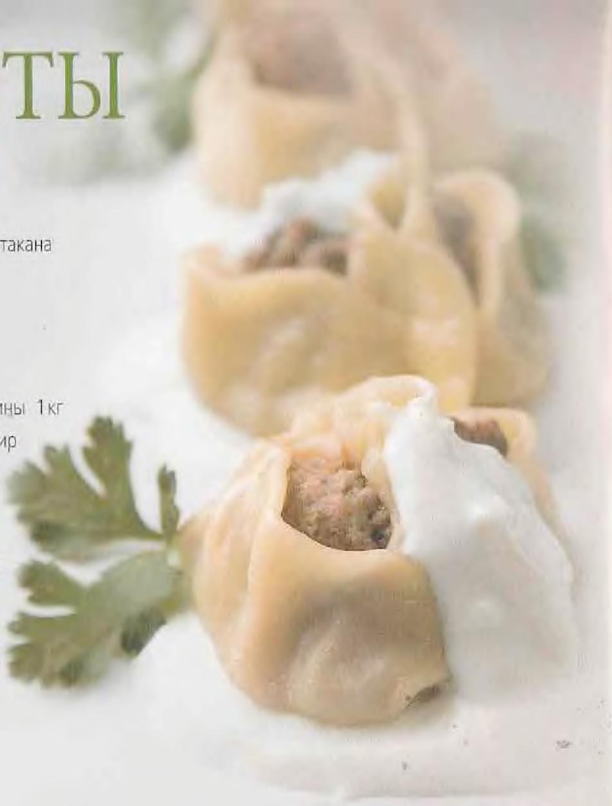
на 10 порций

для теста:

- мука пшеничная 3¼ стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ¾ стакана
- соль

для начинки:

- мякоть жирной баранины 1 кг
- сало курдючное или жир нутряной 100–200 г
- лук репчатый 1 кг
- чеснок 1–2 головки
- перец сладкий зеленый 1–2 шт.
- зелень 1 пучок
- перец черный молотый
- соль



■ Баранину и сало (или жир) мелко порубите или пропустите через мясорубку, добавьте мелко нарезанные лук, сладкий перец, рубленую зелень, измельченный чеснок, посолите, поперчите. Влейте стакан воды, перемешайте и оставьте на несколько минут.

■ Замесите тесто (см. с. 4), выдержите его 15 минут, накрыв салфеткой. Тесто раскатайте тонко, вырежьте кружки диаметром 10 см и положите на каждый по столовой ложке начинки.

■ Край кружка соедините над начинкой, середину защипните, затем поверните изделие на 90° и защипните с двух сторон. Противоположные углы соедините попарно, защипните, придавая изделиям круглую форму.

■ Ярусы паровой кастрюли смажьте растительным маслом, уложите на них манты так, чтобы они не соприкасались друг с другом, сбрызните водой, варите под крышкой 40–50 минут.

■ При подаче выложите манты на блюдо, полейте сметаной и оформите зеленью.

• Время приготовления 1 час 30 минут •

ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ

на 10 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ¾ стакана
- соль ½ ч. ложки

для начинки:

- капуста свежая или квашеная 1 кг
- масло растительное, паста томатная, вода или бульон по 2 ст. ложки
- лук репчатый 1 головка
- морковь, корень петрушки по ½ шт.
- сахар 1 ст. ложка
- перец черный горошком 4 шт.
- соль

■ Замесите тесто (см. с. 4), накройте его салфеткой и оставьте на 15–20 минут при комнатной температуре.

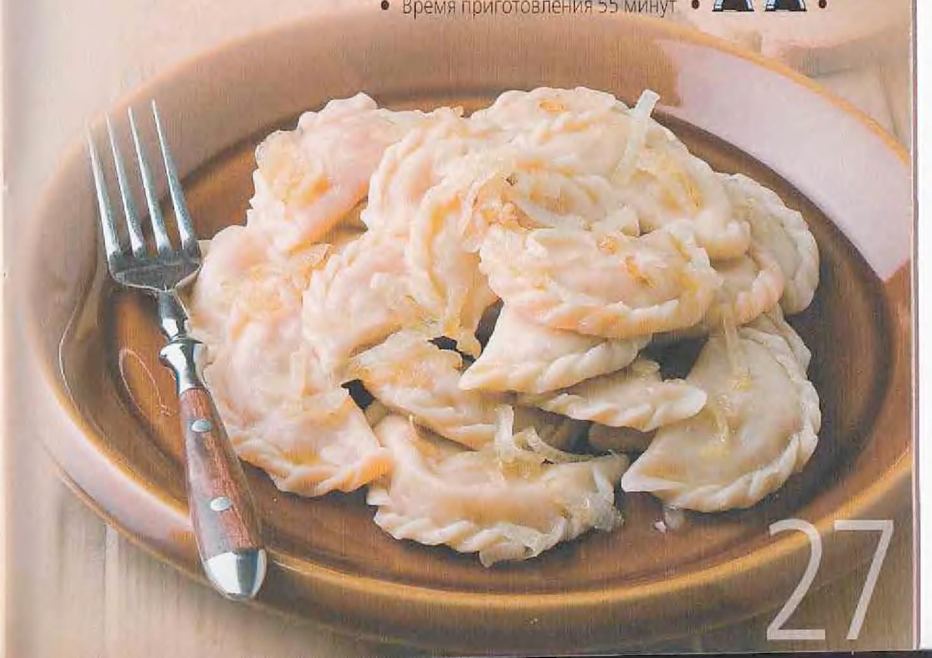
■ Квашеную капусту отожмите, свежую мелко нарежьте.

■ Тушите капусту до готовности, добавив половину масла, томат, воду или бульон. Лук, морковь и корень петрушки мелко нарежьте, обжарьте на оставшемся масле, затем смешайте с капустой, добавьте сахар, соль, перец и жарьте капусту несколько минут, чтобы вся влага полностью впиталась.

■ Тесто разделите на небольшие кусочки, раскатайте каждый в кружок, в центр положите начинку, сформуйте вареники. Варите их 5 минут в подсоленной воде.

■ При подаче вареники выложите на блюдо, полейте маслом, смешанным с обжаренным луком.

• Время приготовления 55 минут •



ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ

на 10 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- яйцо 1 шт.
- вода ½ стакана
- соль

для начинки:

- творог 800 г
- сахар ½ стакана
- яйца 2 шт.
- соль



■ Замесите тесто (см. с. 4), накройте его салфеткой и выдержите при комнатной температуре 15–20 минут.

■ Творог пропустите через мясорубку, добавьте сахар, яйца, соль, перемешайте.

■ Тесто разделите на небольшие кусочки, раскатайте каждый в кружок.

■ В центр сочней положите начинку, сформуйте вареники. Варите их 4–5 минут в подсоленной воде.

■ Готовые вареники выложите на блюдо, полейте маслом, по желанию посыпьте сахаром, смешанным с молотой корицей. Отдельно подайте взбитую сметану.

• Время приготовления 45 минут •

ВАРЕНИКИ С РЯБИНОЙ И ЯБЛОКАМИ

на 5 порций

для теста:

- мука пшеничная 3 стакана
- яйцо 1 шт.
- молоко 1 стакан
- соль

для начинки:

- рябина 200 г
- яблоки 4 шт.
- мед 5 ст. ложек

■ Замесите тесто (см. с. 4), выдержите 30 минут.

■ Скатайте тесто в жгут, нарежьте его на кусочки, раскатайте кружки.

■ Рябину соедините с нарезанными на кусочки яблоками, медом и перемешайте.

■ На раскатанные кружки теста выложите приготовленную начинку, сформуйте вареники, придав им форму полумесяца.

■ Варите вареники 5 минут в подсоленной воде.

■ Подавайте со сметаной.

• Время приготовления 55 минут •





ВАРЕНИКИ С ЧЕРНОСЛИВОМ

на 5 порций

- тесто пельменное 450 г
- чернослив без косточек 400 г
- сахар ¼ стакана
- творог 100 г
- сметана 250 г

■ Чернослив залейте теплой водой и оставьте на 40 минут для набухания. Затем воду слейте.

■ Чернослив залейте 2 стаканами кипятка и варите до готовности. Охладите, протрите через сито.

■ В пюре из чернослива добавьте сахар и прогрейте пюре на слабом огне, охладите.

■ Творог соедините с пюре из чернослива и перемешайте.

■ Тесто раскатайте в пласт, с помощью круглой выемки вырежьте кружки.

■ На каждый кружок положите начинку, сформуйте вареники.

■ Вареники варите 5 минут в подсоленной воде.

■ При подаче полейте сметаной и оформите зеленью.

• Время приготовления 1 час 10 минут •

СЕРИЯ КНИГ ПО КУЛИНАРИИ «СЕМЬ ПОВАРЯТ»



- Витаминные заготовки
- Волшебство чая
- Блюда страсти
- Готовим к празднику
- Шашлыки: лучшие рецепты
- Пироги по-русски
- Заливные блюда
- Закуски с рыбой
- Чудо-каши
- Быстрый завтрак

По вопросам приобретения литературы обращайтесь:

Торговый дом «Аркаим»
Москва, 105066, ул. Нижняя Красносельская, 35, стр. 9
тел/факс (495) 589-23-30
e-mail: belova@arkaim.biz

Челябинск, 454091, ул. Карла Маркса, 38, офис 413
тел. (351) 239-15-26, e-mail: emelyanova@arkaim.biz

Отдел маркетинга, рекламы
тел. (351) 239-15-26, e-mail: kalinina@arkaim.biz

Отдел корпоративных продаж, изготовление книг на заказ
тел. (351) 239-15-26
e-mail: kalinina@arkaim.biz sales@arkaim.biz

Полная информация на сайтах:
www.arkaim.biz www.millionmenu.ru

Интернет-магазин: shop.millionmenu.ru

Фотобанк – foto.millionmenu.ru
e-mail: hodor@arkaim.biz

Наши официальные партнеры
Челябинск, «ИнтерСервис», тел. (351) 247-74-01, 247-74-02
Украина, Киев, «Казка+», тел. (1038044) 490-35-78
Москва, «Амадеос», тел. (495) 670-04-68, 223-01-43
Москва, «Лабиринт», тел. (495) 231-46-79
Казахстан, Алма-Ата, «Седьмой лепесток» тел. (7272) 44-70-70

Оптовые и розничные продажи
Санкт-Петербург, «Хит Книга», тел. (812) 976-90-62
Беларусь, Минск, ООО «Макбел-МЭМ» тел. (10375) 29-697-01-39
Екатеринбург, «Люмна», тел. (343) 264-23-69
Иркутск, «Продалитъ», тел. (3952) 241-777, 241-786
Новосибирск, «СибВерк», тел. (383) 212-50-90
Краснодар, «Оберкоспа», тел. (8612) 62-54-97, 79-54-20
Владивосток, «Илита», тел. (4232) 44-12-37
Нижний Новгород, ИП Любчанский тел. (831) 430-94-11, 434-03-05
Ростов-на-Дону, ИП Попов, тел. (8632) 299-37-30
Пермь, ИП Зеленецкий, тел. (3422) 41-11-35
Казань, «Пегас», тел. (8432) 72-34-55
Воронеж, «Амиталь», тел. (4732) 23-00-02
Пятигорск, «Твоя книга», тел. (8793) 39-02-54
Екатеринбург, «100 000 книг на Декабристов», ул. Декабристов, 51 тел. (343) 370-02-41
Уфа, Изд-во ГУП РБ «Белая река», ул. Кирова, 109 тел. (3472) 79-80-43
Благовещенск, ООО «Буквица», ул. Б. Хмельницкого, 9 тел. (4162) 53-15-10
Сургут, «Книга СГМУТП Сургут», ул. Маяковского, 14 тел. (3462) 37-58-11
Екатеринбург, ОАО «Уральский рабочий», пр. Ленина, 49 тел. (343) 371-39-10
Салехард, «Ямалкнига», ул. Республики, 98а, тел. (34922) 4-62-17
Армения, Ереван, «Букинист», пр. Месропа Маштоца, 2 тел. (1037410) 53-74-13

Магазины Москвы
ООО «Торговый Дом Книги «Москва»
Москва, ул. Тверская, 8, тел. (495) 629-64-83, 797-87-17
e-mail: spravka@moscowbooks.ru www.moscowbooks.ru

ООО «Библио-Глобус», Москва, ул. Мясницкая, 6/3, стр. 1
тел. (495) 781-19-00, 624-46-80
e-mail: mail@biblio-globus.ru www.biblio-globus.ru

ГУП «ОЦ «Московский Дом книги»
Москва, ул. Новый Арбат, 8, тел. (495) 789-35-91
e-mail: zakaz@mdk-arbat.ru www.mdk-arbat.ru

ООО «Дом Книги «Молодая гвардия»
Москва, ул. Большая Полянка, 28, тел. (495) 238-50-01
e-mail: inform@bookmg.ru www.bookmg.ru

Дом Книги «Медведково»
Москва, Заревый проезд, 12, тел. (495) 478-48-97
e-mail: manager@bearbooks.ru www.bearbooks.ru

Сеть магазинов «Республика»
Москва, 1-я Тверская-Ямская улица, 10
тел. (495) 251-65-27, 781-37-87
e-mail: adm@respublica.ru www.respublica.ru

Сеть магазинов «Новый книжный»
Москва, Малая Сухаревская площадь, 12, тел. (495) 937-85-81
www.nk1.ru

Генеральный поставщик бумаги «Русбумторг»
Москва, тел. (495) 933-12-60, 933-12-61, 933-12-62